



Ausrüstungsliste

Schneeschuhwandern

Diese Ausrüstungsliste gilt für Touren mit festem Stützpunkt, also Tagestouren. DAS Kernelement, die Schneeschuhe, erhaltet Ihr von mir (wer gute eigene hat bitte melden). Die Sicherheitsausrüstung (VS-Gerät, Schaufel, Sonde) ebenfalls.

Möglichst warme, überknöchelhohe Bergschuhe. Imprägniermaterial nicht vergessen, falls der Schnee naß ist. *Je fester/härter der Schuh, desto besser!*

Gamaschen

(Tele-) Skistöcke mit großem Teller

Lawinenschaufel

Lawinensonde

Lawinenpipser (VS-Gerät) mit frischen Batterien

Kleiner Rucksack (25 L Tagesrucksack reicht, Hüftgurt sinnvoll)

Wame, möglichst winddichte Tourenhose

Skijacke (Gore-, Daunenjacke...)

Pullover oder Faserpelz

Thermoskanne, zur Not normale Trinkflasche mind. 1 L, kein Schnappverschluss

Wechselwäsche (möglichst Funktionswäsche)

gute Bergsocken (z. B. Falke TK, gibt es speziell für Skitour, Kauf lohnt sich – wegen der Wärmestufe beraten lassen)

Mütze oder dickes Stirnband (v. A. die mit dem nicht enden-wollenden Gesicht)

Handschuhe dick und dünn

Sonnenbrille mit seitlichem Strahlungsschutz **und** Skibrille, Sonnencreme (mind. LSF 15, Lippenchutz)

Geld und Papiere (Schweiz: Franken!)

Hüttenschlafsack oder Schlafsack

Stirnlampe oder Taschenlampe

Waschzeug/Handtuch

Teleskistöcke und Skibrillen hab ich auch einige. Bei Bedarf bitte melden!

Tipp: Bei Starkregen bleiben die Hüttensachen im Rucksack nur in einer Plastiktüte dauerhaft trocken!